

**SENI BELA DIRI KUNTAU DALAM MENINGKATKAN RASA AMAN****<sup>1)</sup> Mustiar, <sup>2)</sup> Redha Aprilia, <sup>3)</sup> Siti Lucyana Nurhasanah, <sup>4)</sup> Syarifah Ismy Nabillah, <sup>5)</sup> Hairani Lubis**<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: mustiar3042@gmail.com<sup>2</sup> Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: apriliaredha@gmail.com<sup>3</sup> Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: annaluccy.888@gmail.com<sup>4</sup> Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: ismynabillahsyarifah@gmail.com<sup>5</sup> Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: hairani.lubis@psikologi.fisip-unmul.ac.id

**Abstract.** *This study aims to determine the increase in students a sense of security in SMKN 4 Samarinda accounting 1 major, accounting 2, hospitality and office administration after being given kuntau martial arts training. The method used in this research is quantitative experimental approach. Sample in this research is the students who have a low level and the sense of being in class XI were 30 people. Data analysis techniques used in this study is a statistical analysis of T-Test by using computer program SPSS (Statistical Packages for Social Science) version 20.0 for Windows. The result of data analysis showed that in kungfu pretest and kungfu posttest, the result  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) which means there is a significant increase between them; In kungfu posttest session and kungfu followup the result  $p = 0.194$  ( $p > 0.05$ ) which means there is no significant increase between them; Whereas in pretest session kuntau and posttest kuntau obtained result  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ) which means there is significant increase between them; And in the posttest kuntau and kuntau followup sessions obtained  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ) which means there is a significant increase between the two.*

**Keywords:** *security, kuntau martial arts.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan rasa aman pada siswa SMKN 4 Samarinda jurusan akuntansi 1, akuntansi 2, perhotelan dan administrasi perkantoran setelah diberikan pelatihan seni bela diri kuntau. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Sample dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki tingkat rasa aman yang rendah dan sedang pada kelas XI sejumlah 30 orang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik yaitu T-Test dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (Statistical Packages for Social Science) versi 20.0 for windows. Hasil analisis data menunjukkan pada sesi pretes kungfu dan posttest kungfu didapatkan hasil  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat peningkatan signifikan diantara keduanya; pada sesi posttest kungfu dan follow up kungfu didapatkan hasil  $p = 0.194$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti tidak ada peningkatan signifikan diantara keduanya; sedangkan pada sesi pretest kuntau dan posttest kuntau didapatkan hasil  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat peningkatan signifikan diantara keduanya; dan pada sesi posttest kuntau dan follow up kuntau didapatkan hasil  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat peningkatan signifikan diantara keduanya.

**Kata kunci:** rasa aman, seni bela diri kuntau.

## **PENDAHULUAN**

Kalimantan Timur merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang cukup banyak menghasilkan sumber daya alam. Tak hanya itu, Kalimantan Timur juga memiliki kesenian, baik seni tari, seni musik maupun seni beladiri. Salah satu seni bela diri yang terdapat di Kalimantan adalah seni beladiri Kuntau yang berasal dari Kalimantan Selatan. Namun, seni bela diri Kuntau kini mulai menyepi, pasalnya para praktisi beladiri Kuntau kini mulai berkurang sementara tidak banyak penerus yang ingin melestarikan seni bela diri tersebut. Salah satu tujuan adanya seni bela diri Kuntau ini adalah untuk meningkatkan rasa aman bagi yang mempelajarinya.

Rasa aman (security) merupakan salah satu hak asasi yang harus diperoleh atau dinikmati setiap orang. Hal ini tertuang dalam UUD Republik Indonesia 1945, Pasal 28G ayat 1 yang menyebutkan: “Setiap orang berhak atas perlindungan diri pribadi, keluarga, kehormatan, martabat, dan harta benda yang di bawah kekuasaannya, serta berhak atas rasa aman dan perlindungan dari ancaman ketakutan untuk berbuat atau tidak berbuat sesuatu yang merupakan hak asasi”.

Rasa aman merupakan kondisi dimana seseorang bebas dari cedera fisik, psikologis serta dalam kondisi aman dan tentram (Potter dan Perry, 2006). Tingginya tindak kejahatan yang terjadi belakangan ini

membuat banyak kalangan masyarakat yang merasa kurang aman dalam menjalankan aktivitasnya. Kejahatan bisa saja terjadi dimanapun, baik di rumah maupun diluar rumah. Dari segi jumlah kejahatan, Polda Metro Jaya mencatat kejahatan di Kalimantan Timur pada tahun 2011 sebanyak 9.439 kasus, pada tahun 2012 sebanyak 9.639 kasus dan pada tahun 2013 sebanyak 9.251 kasus. Dengan meningkatkan kesadaran tentang kejahatan dan berbagai bentuknya, atau mengenali perilaku yang mengancam dapat menolong masyarakat terutama siswa-siswi yang rentan akan kejahatan dalam menjaga diri ketika ancaman itu datang.

Salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa aman yaitu dengan mengikuti pelatihan seni bela diri Kuntau. Menurut salah satu praktisi, seni bela diri Kuntau merupakan seni beladiri yang menggabungkan gerak seni dan teknik beladiri melalui tendangan, pukulan, tangkisan, tangkapan, dan bantingan.

Data-data kejahatan dapat menolong kita untuk segera menyadari kapan seseorang berada dalam keadaan bahaya, tindakan dan strategi apa yang dapat digunakan untuk mengurangi resiko tersebut, dan tindakan efektif apa yang dapat dilakukan untuk melawan pelaku kejahatan setelah semua usaha pengelakan gagal dilakukan. Kebanyakan kejahatan,

baik yang sederhana atau tingkat tinggi melibatkan seorang penyerang dan seorang korban (Nelson, 2011).

Ketika situasi mencapai tingkat penyerangan fisik, dan bahkan sebelumnya, anda sudah harus sudah mempunyai keputusan tentang bagaimana atau pertahanan apa yang dapat dilakukan ketika anda adalah korban yang dituju. Sebagai korban yang dituju, andalah orang satu-satunya yang mengetahui situasi khusus yang terjadi, kekuatan dan kemampuan yang anda miliki saat itu dan hanya andalah yang dapat mempertimbangkan resiko-resiko yang mungkin terjadi akibat perlawanan yang anda berikan, dalam menentukan pilihan untuk bertindak pada situasi itu.

Nelson (2011), mengatakan bahwa hal penting lainnya yang perlu diperhatikan secara utuh ada dalam riset yang dilakukan pada tahun 1986 yang menjelaskan bahwa pertahanan yang tenang dan cepat merupakan faktor kunci dalam menangkis serangan tangan kosong. Penelitian ini juga menyebutkan bahwa perlawanan fisik yang penuh semangat disertai tindakan seperti berlari, berteriak, dan melakukan penyerangan berkali-kali terhadap pelaku dapat menghentikan penyerangan. Taktik seni bela diri digunakan ketika segala usaha untuk menghindar atau mencegah serangan fisik gagal dilakukan.

Dengan demikian, siswa yang menerima pelatihan seni beladiri Kuntau

diharapkan dapat meningkatkan rasa aman, karena seni bela diri Kuntau dapat membantu siswa-siswi untuk mengetahui cara mencegah dan mempertahankan diri dalam serangan tangan kosong.

## **TINJAUN PUSTAKA**

### **Rasa Aman**

Ketika orang telah memenuhi kebutuhan fisiologis mereka, mereka menjadi termotivasi dengan kebutuhan rasa aman, yang termasuk didalamnya adalah keamanan fisik, stabilitas, ketergantungan, perlindungan, dan kebebasan dari kekuatan-kekuatan yang mengancam, seperti perang, terorisme, penyakit, rasa takut, kecemasan, bahaya, kerusakan, dan bencana alam titik. Kebutuhan akan hukum, ketentraman, dan keteraturan juga merupakan bagian dari kebutuhan akan keamanan (Maslow, 1970).

Keamanan yang sejatinya tidak hanya mencegah rasa sakit dan cedera tapi juga membuat individu merasa aman dalam aktivitasnya (Craven, 2000). Rasa aman adalah keadaan bebas dari cedera fisik dan psikologis atau bisa juga keadaan aman dan tentram (Potter dan Perry, 2006). Mario (2006), mendefinisikan bahwa rasa aman adalah suatu kondisi yang tidak berakibat pada timbulnya bahaya.

Potter dan Perry (2006), mengemukakan aspek-aspek rasa aman, diantaranya:

- a. Fisik, yaitu keamanan terkait keselamatan dari bahaya terhadap fisik.
- b. Sosial, berhubungan dengan hubungan interpersonal, keluarga dan social.
- c. Psikospiritual berhubungan dengan kewaspadaan internal dalam diri yang meliputi harga diri, seksualitas dan amkna kehidupan.
- d. Lingkungan, berhubungan dengan latar belakang pengalaman eksternal manusia seperti cahaya, bunyi, temperatur, warna dan unsur alamiah lainnya.

### **Seni Bela Diri Kuntau**

Seni bela diri adalah sebagai suatu strategi yang digunakan untuk merespon serangan fisik (Nelson, 2011). Seni bela diri Kuntau merupakan seni bela diri yang berkembang di tanah Banjar dan merupakan warisan nenek moyang suku Banjar. Seni beladiri Kuntau merupakan gabungan dari kata kun yang berarti jadi dan tau yang berarti isyarat. Keunikan dari seni beladiri Kuntau, yaitu adanya gabungan langkah dari cara orang-orang China dan masyarakat Banjar. Gabungan seni ini menjadi bentuk pertahanan diri yang unik. Masyarakat Banjar merupakan bagian dari rumpun Melayu. Keturunan China yang berasal dari Kuantong datang ke Kalimantan Selatan. Kedatangan orang-orang China disusul kedatangan orang-orang Belanda. Kemudian orang-orang

China bekerja sama dengan masyarakat Banjar untuk menentang Belanda. Dari kerjasama itu terbentuklah seni bela diri Kuntau (Pangestuti, 2013).

Menurut Yusran (2010), pada tahun 1852 datanglah seorang pendekar yang tak bernama dari daerah Gorontalo ke Kalimantan Selatan atau Banjarmasin, pada waktu itu beliau belum mengajar silat karena beliau adalah seorang pedagang tembakau. Setelah beberapa tahun kemudian beliau telah bertemu dengan kawan yang senasib dan orang ini berasal dari daratan China yang bernama Aliangchin. Aliangchin memiliki badan yang gemuk dan pendek, dia terkenal dengan panggilan toke gemok, dan karena hobbynya menonton wayang kulit pula, ia memiliki panggilan dengan nama Sugareng. Pada tahun 1857 mulailah mereka mengembangkan silat atau seni beladiri yang diberi nama Kuntau.

Menurut Yusran (2010), aspek-aspek seni bela diri kuntau meliputi:

- a. Sikap pasangan, yaitu sikap yang berfungsi untuk bersiap mengantisipasi serangan, contohnya berdiri dan kuda-kuda.
- b. Pukulan, yaitu gerakan untuk menyerang dengan menggunakan tangan.
- c. Tendangan, yaitu gerakan untuk menyerang dengan menggunakan kaki.

- d. Tangkisan, yaitu gerakan untuk melindungi diri terhadap serangan.
- e. Tangkapan, yaitu gerakan untuk menangkap serangan lawan.
- f. Bantingan, yaitu gerakan untuk melumpuhkan lawan dengan menjatuhkannya
- g. Bunga, yaitu gerak seni untuk membawa jurus dengan menggunakan langkah.

### **Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dari penelitian ini adalah:

- 1. H1: Subjek yang diberikan pelatihan kuntau lebih tinggi dalam perasaan amannya dibanding subjek pelatihan kungfu  
H0: Subjek yang diberikan pelatihan kungfu tidak berbeda atau sama dengan subjek yang diberikan pelatihan kuntau
- 2. H1: Subjek yang diberikan pelatihan kungfu lebih tinggi dalam perasaan amannya dibanding subjek pelatihan kuntau  
H0: Subjek yang diberikan pelatihan kuntau tidak berbeda atau sama dengan subjek yang diberikan pelatihan kungfu

### **METODE PENELITIAN**

#### **Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen. Menurut Azwar (2012), penelitian kuantitatif merupakan

penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variable yang diteliti.

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen. Menurut Arikunto (2006), eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja yang ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeleminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti (Hadi, 2009).

Sedangkan Darmawan (2013), menjelaskan bahwa penelitian eksperimen merupakan kegiatan penelitian yang bertujuan untuk menilai pengaruh atau tindakan atau treatment pendidikan terhadap tingkah laku siswa atau menguji hipotesis tentang ada tidaknya pengaruh tindakan itu bila dibandingkan dengan tindakan lain. Tujuan umum penelitian eksperimen adalah untuk meneliti pengaruh

suatu perlakuan tertentu terhadap gejala suatu kelompok tertentu dibanding dengan kelompok lain yang menggunakan perlakuan berbeda.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan subjek penelitian dari suatu populasi tertentu, kemudian dikategorikan lagi secara random menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

### **Populasi, Sampel dan Teknik Sampling**

Menurut Sabar (2007), populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi atau studi populasi atau studi sensus. Menurut Sugiyono (2013), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI Perhotelan, XI Akuntansi 1, XI Akuntansi 2, dan XI Perkantoran di SMKN 4 Samarinda yang berjumlah 100 siswa.

Menurut Arikunto (2013), sampel penelitian adalah sebagian populasi yang diambil sebagai sumber data dan dapat mewakili seluruh populasi. Sampel dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2010), sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi

digunakan sebagai sampel. Jumlah sample penelitian adalah 30 orang siswa yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol.

### **Metode Pengumpulan Data**

Menurut Suryabrata (2006), metode pengumpulan data adalah suatu cara yang dipakai oleh peneliti untuk memperoleh data yang akan diteliti. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengambilan data dan alat ukurnya.

Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala rasa aman yang diadaptasi dari Amelia Julianti, pada tahun 2003. Skala ini terdiri dari 40 aitem yang mengukur pengendalian emosi, yaitu seperti perasaan marah, malu, sedih, takut dan ketika merasa bersalah kepada seseorang. Skala ini terdiri dari 5 aspek, setiap aspek diwakili 8 item yang berbeda. Jawaban dari tes skala ini terdiri dari 5 pilihan yang disusun dalam bentuk skala likert dan subjek diminta untuk menilai pada tingkat manakah mereka mengalami setiap kondisi yang disebutkan tersebut dalam satu minggu terakhir. Selanjutnya, skor dari skala tersebut dijumlahkan dan dibandingkan dengan norma yang ada untuk mengetahui gambaran mengenai tingkat rasa aman pada individu tersebut.

Cara penilaian skala rasa aman adalah dengan menjumlahkan nilai dengan kategori jawaban sebagai berikut:

A  
↓  
(Tidak  
menggambar  
kan diri anda  
dengan  
sangat baik)

B C D E  
↓  
(Tidak  
menggambar  
kan diri anda  
dengan baik)

Skala tersebut juga terdiri dari dua kelompok aitem bagi setiap aspek atau gejala yaitu aitem yang mendukung (*favorable*) dan aitem yang tidak

mendukung (*unfavorable*). Rentang skor dalam skala ini dari 1-5. Pada aitem *favorable*, sistem penilaiannya yaitu: A= 5, B = 4, C = 3, D = 2, E = 1. Sedangkan pada aitem *unfavorable*, sistem penilaiannya yaitu: A= 1, B = 2, C = 3, D = 4, E = 5.

Adapun penilaian dalam alat ukur ini sesuai dengan norma yang sudah terstandarisasi, seperti table berikut:

**Tabel 1. Norma Penilaian Skala Pengendalian Emosi**

SKOR	KETERANGAN
169 – 200	Rasa aman sangat tinggi
137 – 168	Rasa aman tinggi
105 – 136	Rasa aman sedang
73 – 104	Rasa aman rendah
40 – 72	Rasa aman sangat rendah

Semakin tinggi skor total yang diperoleh subjek terhadap skala pengendalian emosi, maka semakin tinggi rasa aman subjek pada kehidupannya sehari-hari. Sebaliknya semakin rendah skor total yang diperoleh subjek terhadap skala pengendalian emosi, maka semakin rendah pula rasa aman subjek pada kehidupannya sehari-hari.

### **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik yaitu *T-Test*. Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu diadakan uji

deskriptif, uji normalitas, dan uji homogenitas dengan menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 20.0 for windows.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Karakteristik Responden**

Individu yang menjadi subjek penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas XI di SMKN 4 Samarinda. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 30 orang. Adapun distribusi sampel penelitian adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Perempuan	27	90
2	Laki-Laki	3	10
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian di kelas XI SMKN 4 Samarinda yaitu siswa dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 3 (10 persen) dan mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 27 (90

persen). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian di kelas XI SMKN 4 Samarinda didominasi oleh mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 27 (90 persen).

**Tabel 3. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jurusan**

No.	Jurusan	Frekuensi	Presentase
1	Akuntansi 1	4	13.33
2	Akuntansi 2	11	36.66
3	Perhotelan	12	40
4	Administrasi Perkantoran	3	10
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian di kelas XI SMKN 4 Samarinda yaitu siswa di jurusan akuntansi 1 berjumlah 3 (10 persen), siswa di jurusan akuntansi 2 berjumlah 11 (36.66 persen), siswa di jurusan perhotelan berjumlah 12 (40 persen), dan siswa di jurusan administrasi perkantoran berjumlah 3 (10 persen). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian di kelas XI SMKN 4 Samarinda didominasi oleh siswa dengan jurusan perhotelan yang berjumlah 12 (40 persen).

### **Hasil Uji Deskriptif**

Analisis deskriptif sebaran frekuensi dan histogram dilakukan untuk mendapatkan gambaran demografi subjek dan deskripsi mengenai variabel penelitian, yaitu pelatihan untuk meningkatkan rasa aman melalui pelatihan seni beladiri kuntau.

Hal ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pemberian pelatihan dalam meningkatkan rasa aman yang dimiliki oleh siswa kelas XI di SMKN 4 Samarinda. *Pre-test* yang diberikan pada subjek penelitian berfungsi untuk mengetahui perbedaan hasil pada *post-test*, hal tersebut dapat dilihat pada tabel 5. Sedangkan *follow-up* diberikan pada subjek penelitian untuk mengetahui kondisi perbedaan lanjutan seminggu setelah diberikannya *post-test*, hal tersebut dapat dilihat pada tabel 6. Pelatihan seni bela diri kuntau dianggap efektif jika antara skor *post-test* lebih tinggi dibanding skor *pre-test*, dan skor *follow-up* lebih tinggi dibandingkan skor *post-test*.

Berdasarkan hasil uji deskriptif sebaran frekuensi dan histogram maka diperoleh rentang skor dan kategori untuk masing-masing subjek penelitian sebagai berikut:



**Tabel 4. Pengklasifikasian Skor Tingkat Rasa Aman**

<b>SKOR</b>	<b>KETERANGAN</b>
169 – 200	Rasa aman sangat tinggi
137 – 168	Rasa aman tinggi
105 – 136	Rasa aman sedang
73 – 104	Rasa aman rendah
40 – 72	Rasa aman sangat rendah

Hasil secara keseluruhan perolehan skor tingkat rasa aman sebelum dan setelah perlakuan untuk masing-masing subjek

pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5. Rangkuman Data Skor dan Klasifikasi Tingkat Rasa Aman**

<b>Responden</b>	<b>Pre tes</b>	<b>Kategori</b>	<b>Posttes</b>	<b>Kategori</b>	<b>Status 1</b>
ALA	91	Rendah	153	Tinggi	Naik
DNS	96	Rendah	107	Sedang	Naik
DR	97	Rendah	113	Sedang	Naik
AF	100	Rendah	120	Sedang	Naik
DA	102	Rendah	133	Sedang	Naik
TW	104	Rendah	138	Tinggi	Naik
EP	105	Sedang	112	Sedang	Tetap
PRR	105	Sedang	139	Tinggi	Naik
MNAS	106	Sedang	131	Sedang	Tetap
AK	107	Sedang	97	Rendah	Turun
FA	108	Sedang	159	Tinggi	Naik
MK	108	Sedang	134	Sedang	Tetap
MPD	109	Sedang	99	Rendah	Turun
NS	109	Sedang	104	Rendah	Turun
RV	110	Sedang	136	Sedang	Tetap
NY	88	Rendah	106	Sedang	Naik
WDA	92	Rendah	136	Sedang	Naik
JL	96	Rendah	115	Sedang	Naik
EF	98	Rendah	122	Sedang	Naik
RN	101	Rendah	142	Tinggi	Naik
RPN	103	Rendah	106	Sedang	Naik
NH	105	Sedang	105	Sedang	Tetap
NRA	106	Sedang	123	Sedang	Tetap
MO	106	Sedang	112	Sedang	Tetap
FD	108	Sedang	98	Rendah	Turun
LV	108	Sedang	152	Tinggi	Naik
RI	109	Sedang	102	Rendah	Turun
MJ	109	Sedang	111	Sedang	Tetap
INO	110	Sedang	107	Sedang	Tetap
NL	112	Sedang	132	Sedang	Tetap

Berdasarkan tabel 5, maka dapat diketahui pada *pre-test* dan *post-test* skala

tingkat rasa aman terdapat perbedaan skor pada mahasiswa yang telah mengikuti

pelatihan seni bela diri kungfu, terdapat 8 subjek siswa pada kelompok kontrol yang mengalami peningkatan tingkat rasa aman, dan 4 subjek siswa pada kelompok kontrol yang mengalami tingkat rasa aman yang tetap, terdapat 3 subjek siswa pada kelompok kontrol yang mengalami penurunan tingkat rasa aman. Sedangkan pada siswa yang telah mengikuti pelatihan

seni bela diri kuntau, terdapat 7 subjek siswa pada kelompok eksperimen yang mengalami peningkatan tingkat rasa aman, dan 6 subjek siswa pada kelompok eksperimen yang mengalami tingkat rasa aman yang tetap, serta terdapat 2 subjek siswa pada kelompok eksperimen yang mengalami penurunan tingkat rasa aman.

**Tabel 6. Rangkuman Data Skor dan Klasifikasi Tingkat Rasa Aman**

<b>Responden</b>	<b>Posttest</b>	<b>Kategori</b>	<b>Follow Up</b>	<b>Kategori</b>	<b>Status 2</b>
ALA	153	Tinggi	167	Tinggi	Tetap
DNS	107	Sedang	111	Sedang	Tetap
DR	113	Sedang	141	Tinggi	Naik
AF	120	Sedang	127	Sedang	Tetap
DA	133	Sedang	118	Sedang	Tetap
TW	138	Tinggi	145	Tinggi	Tetap
EP	112	Sedang	135	Sedang	Tetap
PRR	139	Tinggi	138	Tinggi	Tetap
MNAS	131	Sedang	139	Tinggi	Naik
AK	97	Rendah	124	Sedang	Naik
FA	159	Tinggi	109	Sedang	Turun
MK	134	Sedang	129	Sedang	Tetap
MPD	99	Rendah	138	Tinggi	Naik
NS	104	Rendah	137	Tinggi	Naik
RV	136	Sedang	134	Sedang	Tetap
NY	106	Sedang	135	Sedang	Tetap
WDA	136	Sedang	135	Sedang	Tetap
JL	115	Sedang	147	Tinggi	Naik
EF	122	Sedang	142	Tinggi	Naik
RN	142	Tinggi	129	Sedang	Turun
RPN	106	Sedang	136	Sedang	Tetap
NH	105	Sedang	140	Tinggi	Naik
NRA	123	Sedang	138	Tinggi	Naik
MO	112	Sedang	113	Sedang	Tetap
FD	98	Rendah	138	Tinggi	Naik
LV	152	Tinggi	151	Tinggi	Tetap
RI	102	Rendah	159	Tinggi	Naik
MJ	111	Sedang	107	Sedang	Tetap
INO	107	Sedang	138	Tinggi	Naik
NL	132	Sedang	120	Sedang	Tetap

Berdasarkan tabel 6, maka dapat diketahui pada *post-tes* dan *follow up* skala tingkat rasa aman terdapat perbedaan skor pada mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan seni bela diri kungfu, terdapat 5 subjek siswa pada kelompok kontrol yang mengalami peningkatan tingkat rasa aman, dan 9 subjek siswa pada kelompok kontrol yang mengalami tingkat rasa aman yang tetap, terdapat 1 subjek siswa pada kelompok kontrol yang mengalami penurunan tingkat rasa aman. Sedangkan pada siswa yang telah mengikuti pelatihan seni bela diri kuntau, terdapat 7 subjek siswa pada kelompok eksperimen yang mengalami peningkatan tingkat rasa aman, dan 7 subjek siswa pada kelompok eksperimen yang mengalami tingkat rasa aman yang tetap, serta terdapat 1 subjek

siswa pada kelompok eksperimen yang mengalami penurunan tingkat rasa aman.

### Hasil Uji Asumsi

Pengujian terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji t-test. Sebelum dilakukan perhitungan dengan uji t-test, perlu dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan uji homogenitas sebagai syarat dalam penggunaan uji t-test.

### Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas untuk melihat penyimpanan frekuensi observasi yang diteliti dari frekuensi teoritik. Uji asumsi normalitas menggunakan teknik statistik analitik uji normalitas Shapiro-Wilk dikarenakan subjek kurang dari 50. Kaidah yang digunakan adalah jika  $p > 0.05$  maka sebarannya normal dan jika  $p < 0.05$  maka sebarannya tidak normal (Santoso, 2015).

**Tabel 7. Hasil Uji Normalitas**

Kategori	Jenis Pelatihan	Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.
Pre-Tes	Kuntau	0.902	15	0.103
	Kungfu	0.893	15	0.075
Post-Tes	Kuntau	0.911	15	0.142
	Kungfu	0.948	15	0.492
FollowUp	Kuntau	0.956	15	0.616
	Kungfu	0.393	15	0.370

Tabel 7 ditafsirkan sebagai berikut:

1. Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel rasa aman *pre-test* kuntau menghasilkan nilai  $p = 0.103$  ( $p > 0.05$ ) dan *pre-test* kungfu menghasilkan nilai  $p = 0.075$  ( $p >$

0.05). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variabel rasa aman *pre-test* adalah normal.

2. Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel rasa aman *post-test*

kuntau menghasilkan nilai  $p = 0.142$  ( $p > 0,05$ ) dan *post-test* kungfu menghasilkan nilai  $p = 0.492$  ( $p > 0.05$ ). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variabel rasa aman *post-test* adalah normal.

3. Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel rasa aman *follow up* kuntau menghasilkan nilai  $p = 0.616$  ( $p > 0,05$ ) dan *follow up* kungfu menghasilkan nilai  $p = 0.370$  ( $p > 0,05$ ). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variabel rasa aman *follow-up* adalah normal.

Berdasarkan tabel 7, maka dapat disimpulkan bahwa ketiga sebaran yaitu *pre-test*, *post-test*, dan *follow-up* memiliki sebaran data yang normal, dengan demikian analisis data secara parametrik dapat dilakukan karena telah memenuhi syarat atas asumsi normalitas sebaran data penelitian.

### **Hasil Uji Homogenitas**

Uji homogenitas dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama. Dalam penelitian ini, diuji homogenitas antara kelompok rendah dan kelompok tinggi,

agar diketahui bahwa data kedua kelompok tersebut bervariasi sama. Kaidah uji homogenitas adalah data variabel dianggap homogen apabila nilai  $p > 0,05$ . Penghitungan menggunakan metode uji leven dari hasil uji t-test, disajikan dalam tabel 8 berikut ini:

**Tabel 8. Uji Homogenitas  
Marginal Homogeneity Test**

<b>Kategori</b>	<b>Asymp. Sig</b>
Pretest	0.857
Posttest	0.284
FollowUp	0.641

Berdasarkan tabel diatas, hasil perhitungan menunjukkan nilai hasil pada pretes  $p = 0.857$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti bahwa data bersifat homogen; nilai hasil pada *post-test*  $p = 0.141$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti bahwa data bersifat homogen, dan nilai hasil pada *follow-up*  $p = 0.641$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti bahwa data bersifat homogen.

### **Hasil Uji Hipotesis**

Hipotesis dalam penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat rasa aman pada siswa kelas XI SMKN 4 Samarinda sebelum dan sesudah diberikan pelatihan seni bela diri kuntau dan seni bela diri kungfu. Dalam penelitian ini, kaidah uji hipotesis untuk uji t-test adalah jika  $p > 0,05$  maka diterima dan jika  $p < 0,05$  maka ditolak (Santoso, 2015).

**Tabel 9. Hasil Uji Paired T-Test  
Hasil Uji Pretest dan Posttest Kungfu**

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTestKungfu - PostTestKungfu	-21.200	20.710	5.347	-32.669	-9.731	-3.965	14	.001

Berdasarkan tabel 9, dapat diketahui bahwa hasil uji pretest dan posttest pada pelatihan kungfu didapatkan hasil  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak,  $H_1$

diterima, artinya subyek yang diberikan pelatihan kungfu akan merasa lebih aman dibanding subyek yang tidak mengikuti pelatihan beladiri.

**Tabel 10. Hasil Uji Pretest  
Kuntau dan Posttest Kuntau**

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTestKuntau - PostTestKuntau	-14.533	18.011	4.651	-24.508	-4.559	-3.125	14	.007

Hasil uji pretest dan posttest pada pelatihan kuntau didapatkan hasil  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak,  $H_1$  diterima, artinya subyek yang diberikan

pelatihan kuntau akan merasa lebih aman dibanding subyek yang tidak mengikuti pelatihan beladiri.

## PEMBAHASAN

Hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan rasa aman pada subjek yang diberikan pelatihan seni bela diri kuntau maupun seni bela diri kungfu. Hasil analisis data menunjukkan pada sesi *pretest* kungfu dan *post-test* kungfu didapatkan hasil  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat peningkatan signifikan diantara keduanya; pada sesi *posttest* kungfu. Sedangkan pada sesi *pretest* kuntau dan *post-test* kuntau

didapatkan hasil  $p = 0.007$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat peningkatan signifikan diantara keduanya.

Selain itu, pada sesi *post test* kungfu dan *post test* kuntau, didapatkan mean 125.00 pada *post test* kungfu dan 117.93 pada *post test* kuntau, yang artinya kelompok dengan metode pelatihan kungfu lebih efektif dibandingkan dengan metode pelatihan kuntau, karena metode pelatihan kungfu sudah lebih dulu muncul dan

mempunyai sejarah. Metode pelatihan kungfu sudah berkembang hampir ke seluruh penjuru dunia. Didukung dengan pelatih yang memang sudah menguasai teknik kungfu pada pelatihan ini.

Salah satu metode yang dapat diterapkan untuk meningkatkan rasa aman yaitu dengan melalui pelatihan seni bela diri kuntau. Menurut Nelson (2011) seni bela diri adalah sebagai suatu strategi yang digunakan untuk merespon serangan fisik. Seni bela diri kuntau merupakan seni bela diri yang berkembang di tanah Banjar dan merupakan warisan nenek moyang suku Banjar. Seni bela diri kuntau merupakan gabungan dari kata *kun* yang berarti jadi dan *tau* yang berarti isyarat. Keunikan dari seni bela diri kuntau, yaitu adanya gabungan langkah dari cara orang-orang China dan masyarakat Banjar. Gabungan seni ini menjadi bentuk pertahanan diri yang unik. Masyarakat Banjar merupakan bagian dari rumpun Melayu. Keturunan China yang berasal dari Kuantong datang ke Kalimantan Selatan. Kedatangan orang-orang china disusul kedatangan orang-orang Belanda. Kemudian orang-orang China bekerja sama dengan masyarakat banjar untuk menentang Belanda. Dari kerjasama itu terbentuklah seni beldiri kuntau (Pangestuti, 2013).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan tingkat rasa aman pada subjek yang mendapat pelatihan seni beladiri kuntau.
2. Terdapat peningkatan tingkat rasa aman pada subjek yang mendapat pelatihan seni beladiri kungfu.

Dari hasil uji *posttest* yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pada seni bela diri kungfu lebih efektif dalam meningkatkan rasa aman dengan jumlah 8 orang subjek yang meningkat rasa amannya, sedangkan pada seni bela diri kuntau dalam meningkatkan rasa aman dengan jumlah 7 orang subjek yang meningkat rasa aman.

## REFERENSI

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Craven, R., Himle, C. (2000). *Fundamental of nursing*. Philadelphia: Lippincott
- Darmawan, D. (2013). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Darmawati, D. (2006). *Pengaruh karakteristik perusahaan dan faktor regulasi terhadap kualitas implementasi good corporate governance*. Simposiun nasional akuntansi IX. Padang.
- Feist, J dan Feist, G. (2010). *Teori Kepribadian Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Hadi, S. (2009). *Methodology Research III*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hall, C.S., Lindzey, G. (1978). *Teori-teori sifat dan behavioristik (psikologi kepribadian 3)*. Dialihbahasakan oleh Supratiknya. Yogyakarta: Kanisius.
- Korchin, S. (1976). *Modern Clinical Psychology: Principles of Intervention in The Clinic and Community*, New York: Basic Books, Inc.
- Nelson, J, M. (2011). *Latihan bela diri praktis*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Pangestuti, D. L. (2013). *Ensiklopedia Seni Dan Budaya Nusantara Kalimantan Selatan*. Bekasi: PT Mentari Utama Unggul.
- Potter, P.A, Perry, A.G., (2006). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik. Edisi ke 4, Volume 2*. Jakarta: EGC.
- Yusran, M., (2016). *Jurus-jurus Kuntau Sikap Pusaka*. Samarinda: Kuntau Sikap Pusaka Samarinda.